



# Trainingszeiten ASG Yawara e.V.



	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag		
	Unten	Oben	Unten	Oben	Unten	Oben	Unten	Oben	Unten	Oben	Unten	Oben	Unten	Oben	
17:00 - 18:00		Kung Fu Kinder 7 - 14J				Kung Fu Kinder 7 - 14J				Jiu Jitsu Kinder 10-14J		freies Training nach Absprache mit dem Dojoleiter			
18:00 - 19:00	Muay Thai 1	Kung Fu ab Grün		Jiu Jitsu Boden- kampf	Muay Thai 1	Aikido				Jiu Jitsu Boden- kampf					Krav Maga
19:00 - 20:00	Muay Thai 2	Kung Fu	Karate	Jiu Jitsu	Muay Thai 2	Kung Fu	Karate	Krav Maga	Muay Thai						
20:00 - 21:00									Zusatz- training	Aikido					
21:00 - 22:00		Zusatz- training	Zusatz- training			Zusatz- training	Zusatz- training								